

健康中国视域下全民体育生活方式的建成路径探讨

王春顺, 李国泰

(重庆大学 体育学院, 重庆 400044)

摘要:采用文献资料法和逻辑分析法,对健康中国战略、生活方式理论进行梳理,以社会学及行为学的理论视角,探讨全民体育生活方式的建成路径,旨在助力健康中国建设。认为,建成全民健康生活方式是达成“中心诉求”、契合“两个着力点”及助推“三大国家战略”的重要举措。建议通过建立规范化的社会体育培训机制,建立体育活动参与激励机制和营造体育健康消费环境,来构建体育健康服务机制,促进群众体育消费有效形成;通过协同国家文化发展战略,完善群众体育法治体系和树立体育健康生活典型,来营造体育健康文化环境,促使群众体育价值观念内化;通过场地设施资源、体育培训指导资源和体育信息资源的共享,来满足群众体育的多元诉求。

关键词:群众体育;健康中国;全民健身;生活方式;服务机制;体育健康文化;共享

中图分类号: G80-051

文献标志码: A

文章编号: 1008-3596 (2019) 01-0051-05

当前,我国正处于全面建成小康社会的决胜时期,社会主要矛盾与群众体育供需关系发生转变,我国政府明确提出广泛开展全民健身活动,旨在进一步增强国民体质健康,切实提高全民族身体素质。基于这种特殊的社会需要,2014年10月,国务院印发《关于加快发展体育产业促进体育消费的若干意见》^[1],指出聚力发展体育产业及体育事业,满足体育需求和促进体育消费,将全民健身上升为国家战略。2016年5月,国家体育总局部署了《体育发展“十三五”规划》^[2],同年10月,国务院印发实施了《“健康中国2030”规划纲要》(以下简称《纲要》)^[3],自此健康成为新时代的重要命题。健康生活是推动人的全面发展的先决条件,是保障社会和谐的基础,是实现中国梦的重要保证,亦是全体民众的共同诉求。《纲要》实施是在对我国现阶段国情、社情、民情正确审视的基础上,对当前及今后时期保障全民健康做出的制度性安排,明确倡

导全民健康的生活方式。为此,笔者以社会学和行为学的理论视角,探讨全民体育生活方式的建成路径,旨在以全民健身实现全民健康,助力健康中国建设。

1 健康中国的重要内涵

健康中国建设是我国全面建成小康社会背景下建构的全民健康蓝图,是新时代我国从体育“大国”到“强国”转变的创造性发展举措。它凝聚政府、社会及人民的共同夙愿,倡导健康优先绿色发展理念,挖掘体育在建设环境友好型、资源节约型社会中的潜力。“健康中国不仅确保身体健康,更涵盖全体人民健康身体、健康环境、健康经济、健康社会在内的四位一体大健康,囊括服务于全体人民、个体健康、全生命周期及健康全过程的全面健康。”^[4]健康中国建设倡导大众形成健康生活方式,提高生活质量,提高生命质量,增长健康寿命。

收稿日期: 2018-06-04

作者简介: 王春顺(1993—),男,四川达州人,在读硕士,研究方向为体育社会学。

文本信息: 王春顺,李国泰.健康中国视域下全民体育生活方式的建成路径探讨[J].河北体育学院学报,2019,33(1):51-55.

2 体育生活方式的概念界定及结构范畴

在社会科学范畴体系中,概念是人们借以解释、认识各种社会过程、现象本质与规律的工具。王雅林为“生活方式”下了一个社会学定义:“生活方式是指在一定社会客观条件的制约下,社会中的个人、群体或全体成员为一定价值观念所制导的、满足自身发展需要的全部生活活动的稳定形式和行为特征。”^[5]本文梳理的体育生活方式皆源于生活方式理论,算是对生活方式的价值延伸。

体育生活方式自20世纪90年代作为一个独立的概念被提出以来,现已广泛应用在群众体育研究领域,然对体育生活方式的概念,至今尚未达成共识。学者苗大培(2000)借鉴生活方式理论,对体育生活方式界定为:“在一定社会客观条件的制约下,社会中的个人、群体或全体成员为一定价值观所制导的满足多层次需要的全部体育活动的稳定形式和行为特征。”^[6]并将体育生活方式结构解析为活动主体、活动条件及活动形式三个构成要素。李文川等(2010)也曾定义体育生活方式为:“在一定的价值观念指导下,个人或群体依据一定的客观条件,把体育作为生活的需要和内容,并有规律、自觉地参与体育活动的稳定形式及行为特征。”^[7]并指出体育生活方式,由行为主体(价值观、需求、动机等)、行为基础(自然、社会因素等)、行为特征(行为方式、类型、手段、体育消费等)及行为效益(生活满意度、生活质量、健康水平等)四要素组成。

基于文献分析,笔者认为体育生活方式是指:在社会生活中,人们为了满足健康需求而自发产生、长期持续及稳定的所有体育活动行为与习惯特征。其一,体育生活方式是由于人们自身的健康需要而自发产生的体育活动行为;其二,体育生活方式是在一段时间内参与体育活动或健身锻炼,具有长期持续的行为习惯特征。其既具生活方式的共性特征,又兼具自身独特的个性范畴(持续的体育社会参与)。

3 健康中国视域下全民体育生活方式的角色定位

3.1 达成“中心诉求”

健康是个永恒的命题。世界卫生组织(WHO)1978年曾界定:“健康不仅指一个人没

有疾病或虚弱现象,而是指一个人生理上、心理上及社会适应上的完满状态。”^[8](1989年又增加了道德健康)。从“三维健康观”到“五维健康观”,发展成为全面、整体的“大健康”认识;建构身一心一社一智一德全要素的大健康谱系;覆盖健康、亚健康、疾病、衰老、失能、残障,从个体健康到群体健康,从健康生活环境到培育健康生态环境,从健康生活方式到健康危险因素控制,从体育健身到美德教育、修身等全方位的大健康领域^[9]。由此可见,社会对于“健康”有了更全面的认识和更明晰的界定,从需求角度对健康中国国家战略进行解读可以认为,通过全民健身和全民健康的进阶融合,强化全民健康意识,促进全民体育参与,养成健康的生活方式,满足人民群众对于健康的需求。

3.2 契合“两个着力点”

《纲要》明确要求立足全人群和全生命周期两个着力点,提供公平可及、系统连续的健康服务,实现更高水平的全民健康。体育本身就是一种社会文化活动,是一种追求过程公平、容忍结果差异的健康生活行为。从社会网络结构来看,体育生活方式是一种大众化的生活方式,可以不分阶层、不分场所、年龄及性别等无差别的全域领域覆盖,确保了体育活动参与的公平性。从生命全流程来看,体育生活方式能够贯穿个体的整个生命历程,保障了体育活动参与的阶段性。从行为主体需求看,体育生活方式能够满足人们对健身、健心及社会交往的需要^[10],稳固了体育活动参与的目的。就社会生活而言,通过弘扬健康的体育生活观,营造健康生活环境,确保群众拥有健康体质,奠定健康生活基础,全方位契合健康中国建设。

3.3 助推“三大国家战略”

新时期,体育强国建设、全民健身计划及健康中国建设三大重要战略的实施,将国内竞技体育、体育产业及全民健身等事业提到前所未有的发展高度上,国家政策的扶持力度明显提升。基于实现“三大国家战略”的诉求,不仅要加快体育外部形态的精准塑造,正确把握全民健身运动以及竞技体育、体育产业的发展方向、趋势、动力,还应拓展体育健康内部需求的消费链,积极开展全民健康及休闲生活方式,及全民健身活动的需求响应、需求引导、需求导向。通过全民体育参与实现健康促进初衷,建成全民体育生活方

式调和精英与大众体育矛盾,发挥社会体育控制功能降低大众生活风险(如疾病以及压力过大导致的健康问题等)^[11],提高全民健康水平,助推“三大国家战略”。

4 健康中国视域下全民体育生活方式的建成路径

4.1 重构体育健康服务机制,促进群众体育消费有效形成

4.1.1 建立规范化的社会体育培训机制

健康中国战略的推进掀起了社会体育培训的热潮,但目前体育培训市场混乱,存在准入门槛过低、培训标准不统一、缺乏标准化的课程体系、培训师资参差不齐等问题,阻碍了体育健康行业的发展。其既与经济利益的不良驱使、群众的体育健康知识不足等有关,但更重要的是社会体育培训体系不完善,以及由此导致的政府治理缺失。为此,首先应由政府主导,研究建立科学的社会体育培训体系,由地方政府、社会团体、体育企业等组织加以执行和落实;其次,以健身指导、体育培训、赛事活动、体育信息、体育传媒监管等领域为突破口,建规立制;再者,以政府绩效评估和社会监督反馈双措并举监管其运行情况;最后,通过“互联网+”发展模式形成覆盖全领域、统一管理的社会体育培训机制。

4.1.2 建立体育活动参与激励机制

大众运动参与、健身锻炼及体育生活方式的形成,既需要建立规范化的社会体育培训机制,还需长期化的激励机制作为后盾。为满足“全民健康”的美好需求,政府应充分发挥其管理、治理职能,在努力提供优质的体育生活服务的同时,加强激励机制建设,对健康体育生活方式发挥促成、固化的作用。例如:针对学校体育,可广泛开展“晨跑送餐”“趣味打卡”等活动,鼓励学生走出宿舍,参与体育锻炼并养成健康的生活方式;针对社会人群,全力建设固定的全民健身互动站点,聘请专业的社会体育指导员、运动处方师等人士,免费向群众提供健康指导服务;针对企事业单位,可免费向员工提供运动释压场地设施,帮助他们释放工作压力并激发健康工作活力等。

4.1.3 营造全民体育健康消费的良好环境

随着社会主义市场经济的发展和人民群众健身意识的提高,体育消费正逐步成为被群众广泛认可接受的健康生活方式。应进一步加强体育消

费环境建设,积极发挥政府引导和社会主导作用,主动开发和培育公共体育服务市场和体育消费市场,推动大众体育消费平民化,加快体育产业与体育事业社会化。加大体育产业的供给侧改革,促进体育市场经济发展,进一步丰富和提升人民群众的体育消费内容和消费层次,如体育竞赛观赏消费、体育健康产品和服务消费、体育旅游观光消费等。进而优化体育常态消费环境,营造健康休闲的生活氛围,促进全民体育生活方式的社会化,推动体育健康事业的良性发展。

4.2 优化体育健康文化环境,促使群众体育价值观念内化

4.2.1 协同国家文化发展战略,培育体育健康文化

“文化兴则国运兴,文化强则民族强”。文化是社会物质与精神财富的总和,更是国家、民族的灵魂所在。体育作为社会文化的重要构成逐渐成为健康生活的必备要素,但仅靠政府的制度性安排,无法实现体育文化的枝繁叶茂,体育文化发展与繁荣路径必将是多元主体力量共同参与的结果。因此,应针对体育文化发展困境,一方面应加快体育“自生体系”构建,通过网络智能、科技传媒等举措,搭建体育健康文化传播平台与载体;另一方面,协同国家文化发展战略,充分发挥体育社会组织(草根协会、志愿社团及福利基金会等)的服务职能,从社会文化体系中单独对体育健康文化进行挖掘、整理及传播,尤其要注重体育健康领域多元价值的开发,积极创作体育文学作品、影视作品、音乐歌曲等,与自生体系有效衔接。

4.2.2 完善群众体育法治体系,打造体育健康生态

群众运动锻炼的长期持续、体育行为的有效保障及健康生活方式的稳固形成等,胥赖于体育法治体系的建构与完善。而破除新时代群众体育发展的现实困境,满足全民健康诉求(如实现公共体育服务供给均等化等),都须从政府层面对群众体育的法治体系建设进行审视,从而使法治建设既合规律又达目的。首先,结合我国的现阶段国情,完善群众体育法律法规,可推行群众体育法律顾问制度、建立群众体育法律顾问团队等举措,为群众身边的体育活动参与提供制度保障。其次,紧密联系群众身边的体育特殊需求与发展规律,政府部门、司法部门、研究机构等协

同配合,提高立法技术与水平,为群众体育活动参与提供权利保障。如进一步探讨公平责任原则在群众性体育活动中的适用问题,建立相应的健康风险保障机制,提升群众运动中对伤害风险的抵御能力。再次,针对具体群众体育项目和活动的特点,建立配套的群众体育行为规范,增强群众体育法制的可操作性与约束力,确保社会公众平等享有基层体育赛事、活动、培训等基本公共体育服务。总之,完善体育法治体系既要服从于国家法治建设、文化建设及社会发展的总体规划,又要服务于健康中国建设和体育强国梦的实现,坚持从立法到执法的层层把控、严格落实,方可为全民健身及全民健康事业发展保驾护航。

4.2.3 树立体育健康生活典型,营造体育健康氛围

体育文化作为民族精神与时代精神的要件,是时刻激励着每个人奋发向上的精神力量^[12]。应注重发挥生活中体育名人的带动效应,树立健康生活风向标,多方位诠释体育生活价值。如:在竞技体育中通过收集、整理优秀运动员的语录和事迹,加以出版和网络传媒,弘扬奥林匹克精神和中华体育精神;在学校体育中通过引入娱乐媒体,聚焦一线体育教师,展示其爱岗敬业、诲人不倦的职业道德和阳光健康、亲和自信的师者风采,增强社会对学校体育教师的认可;在群众体育中开展寻找“最美体育人”等活动,发现群众身边的“健康达人”,以榜样的力量带动全民体育参与。总之,通过树立、宣传体育健康典型,带动和影响全社会的体育参与热情,合力营造全民健身的健康文化氛围。

4.3 共享体育健康资源,满足群众体育多元诉求

4.3.1 场地设施资源共享

作为人们参与体育活动的物质载体,体育场地设施不足将严重制约人们的体育健身行为。在共享经济时代,要充分利用现有体育场地设施,最大限度地发挥现有场地设施的功能及潜力,全面整合体育资源实现最优化共享^[13]。首先,鼓励各级各类学校积极探索运动场地和健身设施向社会开放的可行途径,实现校内资源与群众体育需求的有效对接,缓解群众体育场地不足的现实困境。其次,政府供给的公共体育服务资源(如社区健身场地设施等),要实现无边界共享,覆盖最广泛的社区居民,满足其锻炼需求。再次,

对于政府修建管理的大型体育场馆,要改革创新管理体制和营运机制,通过引入第三方经纪组织,利用“互联网+”技术及大数据平台,对健身场地设施进行智能化管理与维护,提高场馆设施的利用效率和经济效益。最后,政府部门应加强政策制订与制度设计,加大对社会营利组织或企业的保障与支持,鼓励大量社会资本投入社会体育资源建设领域,如共享单车、共享跑步机、共享篮球等健身共享设施,为体育健康生活提供物质保障。

4.3.2 体育培训指导资源共享

充分实现体育培训指导资源共享,是帮助个体或群体掌握运动技能、持续锻炼行为的必要条件与固化运动动机的重要基础,实现体育培训指导资源共享,重点是加强人才队伍建设。一是加大政府投入。由政府体育及教育管理部门牵头,设立健身指导工作站,派驻优秀的社会体育指导员、健身教练员等人才进站,或聘请兼职体育教师或体能训练师等人员扎根群众健身站点,进行健康知识讲座或健身指导培训。二是引入社会公益力量。面向社会大量招募全民健身志愿者,或利用各体育院校、师范院校体育系专业实习等机会,在群众中开展免费健身培训指导服务,逐步加大全民健身的参与力度,延伸全民健身的认知深度。此外,还可实施全民健身的“头羊”建设,对体育培训指导服务业绩突出的地方部门、社会组织及个人,进行表彰和报道,塑造典型,带动体育培训指导资源共享。

4.3.3 体育信息资源共享

新时代“互联网+”的迅猛发展使体育信息化成为必然,但体育信息资源的碎片化、同质化及泛滥化等不同程度地影响健康生活,要优化体育生活环境,必先强化体育信息资源的共建共享。首先,以国家体育总局体育信息中心及各地方体育局为主体,对国内外体育信息资源严格把关、有效整合后实现共享。然后,从高校体育院系的图书馆联盟着手,搭建体育信息资源的优质共享平台。其次,聘请信息技术公司定期整合,建立高质高效的体育信息传播系统。再次,结合现有手机APP、官方网站、公众号及“三微一端”等互动平台,促进体育信息资源的有效联动^[14]。最后,加强体育信息共享的网络法治体系建设,保障体育信息资源传播规范化、法治化与科学化。

参考文献:

- [1] 国务院关于加快发展体育产业促进体育消费的若干意见 [EB/OL]. (2014-10-20) [2018-06-11]. http://www.gov.cn/zhengce/content/2014-10/20/content_9152.htm.
- [2] 体育发展“十三五”规划 [EB/OL]. (2016-05-05) [2018-05-30]. <http://www.sport.gov.cn/n10503/c722960/content.html>.
- [3] 中国中央国务院印发《“健康中国2030”规划纲要》 [EB/OL]. (2016-10-25) [2018-06-01]. http://www.xinhuanet.com/politics/2016-10/25/c_1119785867.htm.
- [4] 刘国永. 实施全民健身战略, 推进健康中国建设[J]. 体育科学, 2016, 36(12): 3.
- [5] 王雅林, 董鸿扬. 生活方式概论[M]. 黑龙江: 人民出版社, 1989: 2-10.
- [6] 苗大培. 论体育生活方式[J]. 天津体育学院学报, 2000(3): 6.
- [7] 李文川, 肖焕禹. 体育生活方式的概念界定及其范畴结构[J]. 上海体育学院学报, 2010, 34(3): 33.
- [8] 闫希军, 吴迺峰, 闫凯境, 等. 大健康与大健康观[J]. 医学与哲学, 2017, 38(3A): 9.
- [9] 李志敢. 社会学因素对老年人体育生活方式影响的研究——以广东为例[J]. 广州体育学院学报, 2012, 32(5): 23.
- [10] 王春顺, 程林. 基于SWOT分析的锅庄舞发展策略研究[J]. 体育科技文献通报, 2018, 26(6): 159.
- [11] 金晨. 走出“体医结合”第一步——体育对接健康中国的路径研究[J]. 河北体育学院学报, 2017, 31(6): 49.
- [12] 赵勇. 大力实施体育文化精品建设工程, 以体育文化滋养体育事业跨越发展[J]. 体育文化导刊, 2017(11): 1.
- [13] 寇健忠, 吴鹤群. 我国体育场地资源配置特征与优化研究[J]. 河北体育学院学报, 2015, 29(4): 29.
- [14] 王春顺. 新时代传媒背景下大众体育生活方式嬗变研究[J]. 体育文化导刊, 2018(5): 41.

Discussion on the Construction Path of the National Sports Lifestyle from the Perspective of Healthy China

WANG Chun-shun, LI Guo-tai

(School of Physical Education, Chongqing University, Chongqing 400044, China)

Abstract: Methods of documentation and logical analysis are taken to review the strategy of Healthy China, and theories of lifestyle, and from the theoretical perspectives of sociology and behavioral science, the path to build national sports lifestyle is explored, with an attempt to help construct healthy China. It is believed that the completion of a healthy lifestyle is the “central demands” which fits “two focal points” and thus an important measure to boost “the three major national strategies”. It is recommended that through building up a standardized social sports training system, sports participation incentives and consumption environment of sports health should be established to build sports and health service system, and promote the effective formation of mass sports consumption, and that through concerted national cultural development strategy, mass sports legal system should be improved and lifestyle of sport health models should be established to create a cultural environment for sports health and promote the internalization of mass sport conceptual values, and that through the sharing of sport facility resources, sports training guide resources and information resources, the diverse demands of mass sports should be met.

Key words: mass sports; healthy China; national fitness; lifestyle; service mechanism; sports and health culture; sharing